



Вирусный грипп и вакцина против гриппа

❑ ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

- ✓ Вирусный грипп – это распространенное, чрезвычайно заразное и часто тяжелое респираторное вирусное заболевание. Не следует путать вирусный грипп с другими более легкими болезнями, которые некоторые также называют «гриппом» (например, нет никакого «желудочного гриппа»).
- ✓ У здоровых детей и взрослых вирусный грипп обычно протекает как болезнь средней тяжести. Из-за гриппа приходится не выходить на работу, пропускать учебу и посещать врача.
- ✓ У некоторых людей, включая очень маленьких детей, беременных женщин, лиц пожилого возраста и больных с хроническими заболеваниями, такими, как диабет, астма, заболевания сердца и легких, грипп может протекать очень тяжело и приводить к госпитализации, а в некоторых случаях – к смерти.

❑ КАК ПЕРЕДАЕТСЯ ВИРУСНЫЙ ГРИПП?

- ✓ Грипп передается через капельки изо рта и носа (респираторные выделения) во время кашля, чихания или речи больного.
- ✓ Грипп может также передаваться, если люди трогают свой нос, рот или глаза после того, как они трогали предметы или поверхности, зараженные попавшими туда капельками изо рта или носа больного гриппом.

❑ КАКОВЫ СИМПТОМЫ ВИРУСНОГО ГРИППА?

- ✓ Симптомы включают:
 - Внезапное повышение температуры, озноб, головную боль, мышечные боли, слабость, потерю аппетита.
 - Температура может достигать 104 °F и обычно держится два-три дня.
 - Может появиться боль в горле, кашель, тошнота и жжение в глазах.
 - Больные гриппом могут испытывать слабость и плохое самочувствие в течение нескольких дней.
 - Распространенные осложнения включают обезвоживание, пневмонию и ухудшение других хронических заболеваний.
 - Большинство людей выздоравливает через неделю или две без специального лечения.

❑ КАК МОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ ЗАБОЛЕВАНИЕ ВИРУСНЫМ ГРИППОМ?

Лучший способ предотвратить заболевание гриппом – это получать вакцинацию каждую осень. Существуют два вида вакцин против гриппа:

- ✓ **Противогриппозная прививка** содержит убитый вирус гриппа и вводится уколом внутримышечно. Противогриппозную прививку могут получить все лица в возрасте старше 6 месяцев.

- ✓ **Противогриппозную вакцину-аэрозоль для впрыскивания в нос** (или LAIV, что сокращенно значит Live Attenuated Influenza Vaccine (Противогриппозная вакцина с живым ослабленным вирусом)) делают с живыми ослабленными вирусами гриппа, которые не вызывают грипп. LAIV могут применять здоровые лица в возрасте от 5 до 49 лет. Вакцину не следует применять беременным женщинам.

- ✓ Обе вакцины предназначены для защиты от трех вирусов гриппа, циркулирующих каждый год

- ✓ Противогриппозные вакцины меняют каждый год, так как вирусы гриппа каждый год меняются, и люди могут заразиться гриппом, даже если они переболели гриппом в прошлом

❑ КТО ДОЛЖЕН ПОЛУЧИТЬ ВАКЦИНАЦИЮ ПРОТИВ ГРИППА?

Рекомендации могут меняться, в зависимости от запасов вакцин, но обычно включают следующие группы населения. Лица с повышенным риском заболевания тяжелой формой гриппа:

- ✓ Лица в возрасте 65 лет и старше
- ✓ Дети в возрасте 6--23 месяца
- ✓ Лица, находящиеся в домах по уходу за пожилыми и тяжелобольными и в других учреждениях по уходу за хроническими больными
- ✓ Взрослые и дети с хроническими легочными и сердечно-сосудистыми заболеваниями, включая астму
- ✓ Лица в возрасте 2 лет и старше с долгосрочными заболеваниями, такими как сердечные болезни, легочные болезни (включая астму), болезни почек и метаболизма, такие, как диабет, или с ослабленной иммунной системой (в связи с ВИЧ/СПИДом или другими заболеваниями, поражающими иммунную систему, длительным лечением стероидами и лечением рака радиацией или химиотерапией)
- ✓ Дети и подростки (в возрасте 6 месяцев--18 лет) на долгосрочной аспиринотерапии
- ✓ Женщины на любой стадии беременности во время сезона гриппа
- ✓ Лица с другими заболеваниями, которым Консультативная комиссия по практике иммунизаций при Центрах по контролю и профилактике заболеваемости (ACIP) рекомендует получить вакцинацию против гриппа

❑ КТО ЕЩЕ ДОЛЖЕН ПОЛУЧИТЬ ВАКЦИНУ ПРОТИВ ГРИППА?

Следующие лица должны получить вакцинацию для профилактики передачи гриппа другим людям с повышенным риском заболевания тяжелой формой гриппа:

- ✓ Врачи, медсестры и другие профессиональные работники здравоохранения, находящиеся в прямом контакте лицом к лицу с пациентами

- ✓ Люди, вступающие в контакт в доме лиц, относящихся к группе повышенного риска. Это включает, людей, вступающих в контакт с детьми в возрасте до 6 месяцев в месте проживания детей, и лиц, предоставляющих уход за детьми в возрасте до 6 месяцев вне места проживания детей
- ✓ Если есть достаточные запасы вакцины, люди, не принадлежащие к группе повышенного риска, которые хотят избежать заболевания гриппом, тоже могут получить вакцинацию – спросите у медработника, предоставляющего вам обслуживание, как получить вакцину против гриппа.

❑ **КАКИЕ ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ МОГУТ БЫТЬ У ВАКЦИНЫ?**

- ✓ Вакцины против гриппа не вызывают грипп (это распространенный миф).
- ✓ Большинство людей не испытывает никакой реакции или испытывает незначительную реакцию (побочные эффекты) на вакцину против гриппа. Побочные эффекты зависят от типа полученной вакцины– прививки или LAIV.
- ✓ **Прививка против гриппа:** Прививка содержит убитые (инактивированные) вирусы, поэтому вы не можете заразиться гриппом от противогриппозной прививки.
- ✓ Вы можете испытать слабые побочные эффекты от противогриппозной прививки, а именно: болезненность, покраснение или опухание в месте укола, незначительное повышение температуры и боли.
- ✓ **LAIV:** вакцина-аэрозоль для впрыскивания в нос содержит ослабленные, но живые вирусы, которые могут вызвать у некоторых людей симптомы, похожие на легкую простуду (особенно, когда они получают вакцину в первый раз). Побочные эффекты у детей могут включать: насморк, головную боль, рвоту, мышечные боли, высокую температуру. Побочные эффекты у взрослых могут включать: насморк, головные боли, боль в горле и кашель.
- ✓ В редких случаях вакцинация против гриппа может вызвать серьезные проблемы, такие, как тяжелые аллергические реакции, особенно у людей, страдающих тяжелой аллергией на яйца.

❑ **ДРУГИЕ СПОСОБЫ ЛЕЧЕНИЯ ГРИППА И ЕГО ОСЛОЖНЕНИЙ**

- ✓ В некоторых случаях противовирусные лекарства могут быть полезны для предотвращения и/или лечения гриппа. Эти лекарства должен выписать медработник, предоставляющий вам обслуживание.
- ✓ В случае неосложненного гриппа помогает пить много жидкости и много отдыхать.
- ✓ Антибиотики не работают против вирусов гриппа и других вирусов и не рекомендуются для лечения гриппа.

- ❑ **Дополнительную информацию о гриппе и вакцинах против гриппа, включая полный перечень рекомендаций CDC-ACIP, касающихся вакцин против гриппа, можно получить по адресу www.cdc.gov/flu**

Безотлагательно сообщайте в Отдел здравоохранения обо всех случаях инфекции, позвонив по телефону (206) 296-4774.